د. فقيه العيد
كلية الآداب والعلوم الإنسانية و العلوم الاجتماعية
– جامعة تلمسان –

ثقافة السلم و التسامح
و مساهمة التصوف الإسلامي
في بناء الشخصية المتزنة"

الملخص

تحاول هذه الدراسة تسليط الضوء على التجربة الصوفية كمصدر لإرساء قواعد.تُأصل مفهوم ثقافة السلم و التسامح بين أفراد المجتمع. فحاولت تقديم عرض موضوعي لأراء المتصوفة حول التفاعل الاجتماعي كمظهر أساسي يعكس الشخصية المتزنة التي تتسم بالتواضع وحسن العشرة مع الخلق واحتمال الأذى منهم و الإيثار و المساواة والسلم والتسامح

بالرغم من أنه تتوفر في مجتمعنا كل الشروط لبلورة مفهوم متأصل للسلم والمصالحة على نحو يجعله نتاجا لديننا و ثقافتنا الاجتماعية، إلا أن الدراسات التي تؤسس لذلك لازالت قليلة. و على صعيد آخر تخلو برامجنا التعليمية عبر أطوارها المختلفة من بنود تتعلق بتأصيل ثقافة السلم لدى الفرد و المجتمع.

تترسخ ثقافة السلم و المصالحة على مستوى بنية الشخصية انطلاقا من عدة مبادئ تساهم في تشكيلها التنشئة الأسرية و الاجتماعية، انطلاقا من الرغبة في تعزيز التعايش مع الآخر بالرغم من اختلاف لونه وعرقه ولغته ودينه وفكره، و تحقيق قدر مقبول من الاتصال الوظيفي بين الأفراد و الجماعات، والالتزام بالمحبة والإخاء والاحترام المتبادل، ومحاولة إعلاء السلوك العدواني وتجنب قدر المستطاع سلوك الإقصاء والتّهميش.

مما لاشك فيه أن هذه الشروط التي تؤطر لثقافة السلم و المصالحة و التسامح قد تناولها الفكر الصوفي الإسلامي نظريا وإجرائيا، عندما دعى إلى ضرورة استقصاء بواطن

الحياة النفسية للفرد، وإعادة بناء الحياة النفسية على أسس معرفية تباعد بين الفرد وبين قيام صراعات جديدة تحطم كيانه النفسي.

اتجه المتصوفة نحو فهم أنفسهم و معرفة ذواتهم بطرق وأساليب متعددة للوقوف على حقيقتها، واستبصار ما يطرأ عليها من أحوال مختلفة كالفرح والحزن، والصحة، والاعتلال، والخوف والأمن، والسكينة والقلق ...وحاولوا أن يكشفوا ما تتمتع به الشخصية من طاقات وقدرات ونوازع مختلفة، بهدف السيطرة عليها وتوجيهها وتنظيمها حتى تصبح أكثر قدرة، وكفاية في مواجهة المشكلات والصعاب والتغيرات والمواقف الحرجة والضغوط الحياتية المختلفة بما يحقق لهم تحقيق الذات والاتزان والرضا والإشباع الروحي والسعادة .

فما هو السبيل الذي اتخذه هؤلاء المتصوفة لتحقيق ذواتهم والحصول على قدر عال من الصحة النفسية؟ وأين يجدون أمنهم النفسي؟ وكيف يحققون سكينتهم؟.

أولا: التجربة الصوفية

التصوف تجربة خاصة يحياها الصوفي، تتميز بمعاناة النفس الإنسانية واكتسابها صفات وخصائص متنوعة وأحوال مختلفة بحكم أنها ذاتية شخصية. ولعل التعبير الذي تقدم به أبو حامد الغزالي في كتابه المنقذ من الضلال[1] حول وصف هذه التجربة، كان كافيا لفهم التجربة الصوفية حينما قال: "وظهر لي أن أخص خواصهم ما لا يمكن الوصول إليه بالتعلم، بل بالذوق والحال وتبدل الصيفات، فكم من الفرق بين أن يعلم الإنسان حال الصحة وحد الشبع وأسبابهما وشروطهما، وبين أن يكون صحيحا وشبعانا، وبين أن يعرف حد السكر و بين أن يكون سكرانا ...فعلمت يقينا أنهم أرباب أحوال لا أصحاب أقوال".

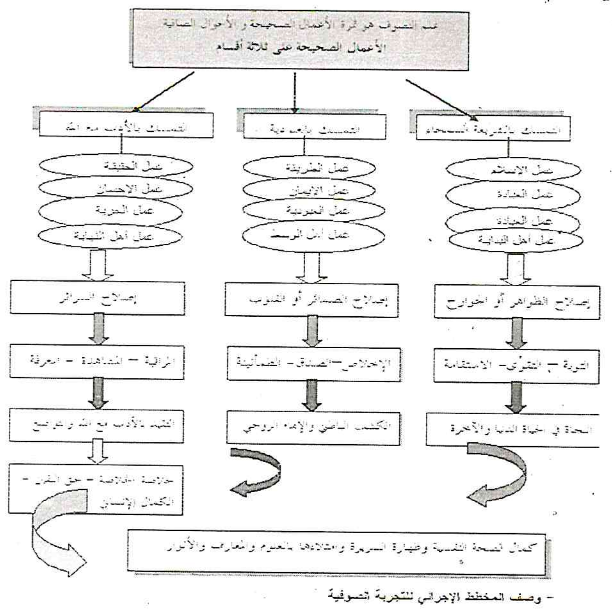
- <u>مفهوم التجربة الصوفية حسب حسن العاصي</u>

يقدم لنا حسن العاصي[2] مفهوما واضحا للتجربة الصوفية قائلا: "التجربة الصوفية منزلة روحانية يتصل فيها العبد (المتناهي) بربه (اللامتناهي) ويسميها الصوفية (الحال) فيها يحصل الإشراق للصوفي فيفيض عليه العلم الذوقي، تنطلق من العقل وأحواله وقوانينه إلى أن تتعداه فتصبح فوق العقل غير ملتزمة بقوانينه." من خلال هذا التعريف يتضح لنا جليا أن التجربة الصوفية حالة من حالات الوجدان بدايتها إرادية بالمعنى الاختياري، ثم نزوعا مطلقا نحو الاتصال بالله إلى درجة الذوبان و الفناء في حبه.

غاية التجربة الصوفية ومنتهى مطافها هو اتحاد المحب (الصوفي) بالمحبوب (الله) والعاشق بالمعشوق الأسمى فتذوب (الأنا) وتفنى متجاوزة عالم الحس والعقل إلى العالم الحقيقي، ويكون للعاطفة دورها، حيث تتجلى رغبة ملحة تدفع النفس للتروع نحو ذلك العالم. من هنا يعتبر الحب هو أخص مظاهر العقل الواعي وغير الواعي وأخص مصادر الإرادة والوجدان وأعلاها من خلال الاتصال الروحي، والإفصاح عن أعنف النزعات الروحية في الإنسان وأعتاها.

إن التجربة الذاتية المليئة بالرموز والإشارات والرؤى، هي الرصيد الأول والنهائي للصوفي، وخلاصة ما يعتقده الصوفي أن هناك عالما روحيا غير محسوس وراء هذا العالم المرئي، لا يمكن الوصول إليه عبر المعرفة الحسية العقلية، وإنما يمكن الاقتراب من رحابها عن طريق (المعرفة القلبية) أو (الإلهام الروحي). وتبعا للمنظور الصوفي فإن الاتصال بمثل هذا العالم مختص بالأصفياء ومن اختارهم الحق. والملاحظ أنه لا يتساوى الخائضون للتجربة الصوفية في سلوكهم، فمنهم من يحتفظ بخصائص ومميزات شخصيته السابقة، ومنهم من يرفع عن قلبه شيء من الحجاب ولا يؤخذ في الطريق، ومنهم من يؤهل للمشيخة ويؤخذ في طريق المحبين، ومنهم من يتعدى ذلك فينشرح قلبه ويتجافى عن دار الغرور وينيب إلى دار الخلود. وفيما يلي توضيح عام للتجربة الصوفية و علاقتها بكمال

الصحةالنفسية:



- وصف المخطط الإجرائي للتجربة الصوفية

المريد في سيرورة علاجية نفسية. ومن المبادئ الأساسية في التصفية والتطهير النفسي، استخدام شيخ الطريقة لأساليب وطرق تناسب كل سالك على حدة حتى يضمن النجاح.

وفيما يلي وصف إجراءات ومراحل التجربة الصوفية المشتركة بين كافة مدارس التصوف الإسلامي:

المرحلة الأولى: التمسك بالشريعة السمحاء، بهدف إصلاح الجوارح كشرط أساسي قبل الولوج في أي طريقة من الطرق الصوفية. إن السلوك في هذه المرحلة يجب أن يتقيد بأعمال الشريعة. إن الدارس لمختلف المراجع الصوفية يجد أن الفكر الصوفي ينظر إلى الشريعة على أنها بوابة للتصوف، ولا مجال لخوض هذه التجربة إلا إذا تم التحقق من الشريعة، حينها يضع المتصوف نفسه في أعلى درجات الإيمان. ويؤكد الطوسي[3] هذا المسعى قائلا: "من لم يبلغ من الصوفية مراتب الفقهاء وأصحاب الحديث في الدراية والفهم، و لم يحاط بما أحاطوا به علما، فإنهم راجعون إليهم في الوقت الذي يشكل عليهم حكم من الأحكام الشرعية أو حد من حدود الدين". ينظر أهل التصوف إلى الشخصية قبل التجربة الصوفية على أنها تتمتع بسلوك مختلف ومتفاوت تبعا لمكونات الشخصية وأنماطها، ويقسمونها إلى ثلاثة أقسام:

- شخصية سفلى تتميز بهجومها على اللذات و تضخيم الذات.
- شخصية وسطى تمثل جوانب الصراع التكيُّفي والتوافقي مع المجتمع والبيئة والذات.
- شخصية عليا تنزع إلى السمو والإعلاء تنشد الأخلاق الحميدة وتتسامى عن الصغائر.

الشخصية السوية التي لا تعتمد على التجربة الصوفية تكون في مجملها كثيرة التعقيد، وعُرضة لمختلف المؤثرات الحسية والانفعالية والاجتماعية والبيئية، بالرغم من إمكانية تطورها وتقدمها في ظل متغيرات البيئة والمحيط الاجتماعي، إلا أنها لا تصل إلى مرتبة عالية من الشعور بالأمان، والطمأنينة، والسكينة كحاجات إنسانية ملحة تأتي مباشرة بعد الحاجات الفيزيولوجية. وعليه فإمكانية التمسك بمطالب الشريعة ضروري لتحقيق قدر مهم من الاستقامة، يسمح للفرد بأن يدرك ذاته، ويعي مختلف نوازعه النفسية والجسدية والصراع الدائم في مواجهتها.

إن ما تحققه المرحلة الأولى من إصلاح للظواهر والجوارح يبقى شكليا، ولا يجعل الشخصية بمنأى عن المؤثرات الخارجية و الداخلية، بل هي معرضة للانهيار والإصابة بالاضطراب والقلق والانحراف إذا توفرت الأسباب المؤدية إلى ذلك، كما أنها ترقى إلى التكامل النفسي وتنعم بالسكينة والطمأنينة إذا وجدت المناخ المناسب لذلك.

النتائج العملية لهذه المرحلة تسمح للشخصية بأن تتمتع بصحة نفسية سليمة ومستقرة نسبيا، تأخذ موقعها في القطب الأوسط الذي يقع بين قطب كمال الصحة النفسية وقطب الاضطراب والانحراف النفسي والعقلي. إن الموقع الذي تحتله الشخصية في هذا القطب يسمح للفرد بأن يستغل طاقاته وإمكاناته ووظائفه المختلفة لتعمل معا في انتظام وانسجام نسبي.

المرحلة الثانية: تسمى بعمل أهل الإيمان أو عمل أهل الوسط

إذا كانت المرحلة الأولى تحقق نوع من التوازن بين قوى الفرد الداخلية والقوى الخارجية، بحيث لا ينجرف في تيار إحدى القوتين دون اعتبار للأخرى، فالمرحلة الثانية يحكمها دافع الاستطلاع الذي يشتمل على مستويين: المستوى المعرفي والمستوى الانفعالي. يتمثل المستوى المعرفي في الرغبة للحصول على المعرفة والعلم، أما المستوى الانفعالي يتمثل في معايشة تجربة عاطفية فريدة ومشاعر جديدة من نوع خاص.

إن الولوج إلى المرحلة الثانية يتخللها صراع عنيف بين الإقدام والإحجام، ينتهي عادة بالإقدام واتخاذ القرار النهائي للسير في طريق التصوف، وتبني طريقة من الطرق، فيتمسك بالعبودية ومعاشرة أهل الوسط في جو إيماني خالص. هذه المرحلة تتطلب توفر الإرادة في مواصلة الطريق أو "السفر الصوفي"، نظرا لطول فترته الزمنية من ناحية وما يكابده من مجاهدات وما يتحمله من عناء وما يعترض سبيله من صعوبات.

غالبا ما يجد المريد نفسه منجذبا لذلك السفر ومدفوع إليه كما حصل لأبي حامد الغزالي، فهو يصور لنا في كتابه المنقذ من الضلال[4] حاله بين مقامي الاختيار

والاضطرار، إلى أن بلغ درجة من الانجذاب لم يعد له معها أية إرادة قائلا: "فصارت شهوات الدنيا تجاذبني بسلاسلها إلى المقام، ومنادي الإيمان ينادي: الرحيل، الرحيل، و لم يبقى من العمر إلا القليل، وبين يديك السفر الطويل، وجميع ما أنت فيه من العلم رياء وتخيل ، فإن لم تستعد الآن للآخرة، فمتى تستعد؟ وإن لم تقطع الآن (هذه العلائق) فمتى تقطع؟ فعند ذلك تنبعث الداعية، وينجزم العزم على الهرب والفرار...فلم أزل أتردد بين تجاذب شهوات الدنيا ودواعي الآخرة قريبا من ستة أشهر أولها رجب سنة ثمان وثمانين وأربع مائة، وفي هذا الشهر جاوز الأمر حد الاختيار إلى الاضطرار..." من خلال هذا التصريح يتضح جليا الصراع الذي اتقد في خاطر الغزالي بين علائق الدنيا التي تشده وبين انجذابه إلى الطريق الصوفي الذي كانت له الغلبة.

إن أروع تشبيه لبداية المرحلة الثانية والدخول في السفر الصوفي ما شبهه الغزالي بالولادة حيث يقول: "دخول المريد في السفر الصوفي أشبه بالولادة، لكنها ولادة معنوية. فبالولادة الأولى يصير له ارتباط بعالم الملك، و بهذه الولادة يصير له ارتباط بعالم الملكوت...". الحياة العملية في هذه المرحلة طويلة وشاقة، فالمسافر الصادق في قطع هذه المرحلة، يتطلب منه التحلي بالصبر والشجاعة والإخلاص والصدق والطمأنينة لأنه بصدد إصلاح القلب وليس الجوارح، ويصف ذلك الشيخ نجم الدين البكري رضي الله عنه حسب ما أورده الشعراني[5]: "أن يكون زاده التقوى وبضاعته الإفلاس، وسفره إلى الآخرة، ومراحله الأنفاس، ومنازله القبر، وصاحبه اليقين، وتدبيره العجز، وحركاته السكون، وبيته الخلوة، ولباسه الفقر، ونومه محاسبة العمر، وركبته وسادته، ومسجده مجلسه، إن درس فعلوم الحكمة، وإن نظر فنظر العبرة، ورفيقه التوفيق، وسمته حسن الخلق، ومعلمه القناعة، وصومه الصمت، وهمته خوف النار، وفرحه بالله لا بالجنة، وصحته اليأس من الخلق، كما أن مرضه الطمع فيهم، وواعظه الموت والمقابر، والأيام و الليالي، ومطربه الحزن على تفريطه في أوقات عمره في غير مرضات الله، ونيته الجازمة رفض الدنيا أبدا ما

عاش، وسلاحه الوضوء، ومركبه الورع، وخصمه النفس والشيطان، وسجنه الدنيا، وسجّانه الهوى، ليله تضرع ونهاره استغفار، وحصنه دينه، وشعاره شرعه، ومحدثه كتاب ربه، ورأس ماله الظن بربه، وحرفته كثرة الصلاة على رسول الله صلى الله عليه و سلم الذي هداه الله به، فهو الشيخ الحقيقي له وللأمة، فهذا هو المريد الصادق" .

مصاحبة الشيخ :

تعتبر مصاحبة الشيخ شرط أساسي في بداية السفر الصوفي، يتم هذا بصحبة شيخ الطريقة، يوجهه ويهديه ويعرفه طريق المواجيد، ويبصره بآفات النفوس وفساد الأعمال. تكمن مهمة شيخ الطريقة في إعادة تشكيل شخصية السالك وفقا لما تتطلبه طبيعة هذه المرحلة.

يقضي السالك في خدمة الشيخ مدة ثلاث سنوات حسب ما ذكره الهجويري[6] حيث يصرح قائلا: "يقضي المريد في خدمة الشيخ مدة ثلاث سنوات: يقضي السنة الأولى في خدمة الصوفية، و يقضي السنة الثانية في خدمة الله، أما السنة الثالثة فإنه يقضيها في مراقبة قلبه، ويكون لبس المرقعة رمزيا بعد خدماته الثلاث." إذا لزم المريد الصدق والإخلاص في عمل الطريقة حاز على الاطمئنان وتكونت لديه رابطة روحية بينه وبين شيخه كما أوضحه السهروردي[7] حينما قال: "إذا كان المريد صادقا، دخل تحت حكم الشيخ وصحبه وتأدب بآدابه، يسري من باطن الشيخ حال إلى باطن المريد كسراج يقتبس من سراج ...فبالتآلف الإلهي يصير بين الصاحب والمصحوب امتزاج وارتباط بالنسبة الروحية والطهارة الفطرية". لقد حث المتصوفة المريد أن يتأدب بالشيخ ولا يعارضه، لقد جاء في إيقاظ الهمم[8]: "أن يمتثل المريد لأوامر الشيخ، وإن ظهر له خلافه، واجتناب نهيه وإن كان فيه حتفه، وأن ينعزل عن عقله ورياسته وعلمه وعمله إلا ما يرد عليه من قبل شيخه." هذه المواقف دفعت بالنقاد قديما وحديثا ينظرون إلى التجربة الصوفية على أنها تقمع ملكة الحوار والتساؤل عند الفرد، بل تصادر حريته من حيث هو

كائن يفكر. بل إن المقصود من عزل العقل والرياسة أو المكانة العلمية والعملية هو فصل تأثير هذه المتغيرات على الشخصية أثناء عملية التربية النفسية عبر مختلف المجاهدات والرياضات وفقا لتوجيهات الشيخ وليس المقصود الاستقالة من النشاط الاجتماعي والانسحاب التام من العالم الدنيوي. إن الحكمة من وراء احترام الشيخ والامتثال لأوامره يكمن في الحفاظ على توازن المريد، وأن لا يقع فريسة للوهم والخيال إلى أن يصل إلى مقام الاستقامة، حينها يحصل على المعرفة التي تحصّنه من عقله وعمله وعلمه ومن غيره.

إذا كانت بداية السفر الصوفي أشبه بالولادة فإن العلاقة مع الشيخ أشبه بالأم المرضعة، ولا تتم الاستقلالية ومفارقة الشيخ إلا بعد أن تصبح شخصية السالك قوية ومنسجمة تتمتع بحصانة عالية ضد نوازع الدنيا ومتابعة الهوى. هذا ما أكده السهروردي[9] حينما قال: "للمريدين مع المشايخ أوان ارتضاع وأوان فطام: فأوان الارتضاع أوان لزوم الصحبة، والشيخ يعلم وقت ذلك فلا ينبغي للمريد أن يفارق الشيخ إلا بإذنه...فلا يأذن الشيخ للمريد بالمفارقة إلا بعد علمه بأوان الفطام... ومتى فارق قبل أوان الفطام يناله من الإعلال في الطريق بالرجوع إلى الدنيا ومتابعة الهوى ما ينال المفطوم لغير أوانه في الولادة الطبيعية."

المرحلة الثالثة: مرحلة التمسك بالأدب مع الله

بعد استقلالية المريد وانفصاله عن شيخه يخرج من وهج المكابدة إلى روح الحال، فيبادئه الحق بالكشوف وأنوار اليقين وحينها ينشرح قلبه ويتجافى عن دار الغرور وينيب إلى دار الخلود. فتأخذ العبادة أبعاد مختلفة كعبادة الله كأنك تراه، ثم عبادة الله كأنه يراك ويراقب تصرفاتك، والرجوع إلى البقاء بشهود الأثر بالله.

في هذه المرحلة يقترب المتصوف من الله إلى درجة التمكين، فيصير في جوار الله والتحقق بالحقائق الإلهية. إن جل النصائح التي يقدمها المتصوفة في هذه المرحلة هي أن يتقيد الصوفي بالأدب والتواضع وحسن الخلق مع الله حفاظا على صلاح السريرة . يبدو

أنه ليست لهذه المرحلة نهاية، فالواصل إليها يمثل الاتحاد الأعلى للنفس البشرية مع النور الرباني.

تتميز هذه المرحلة بالوقوف على باب العرفان والولوج إلى العلم اللدني. يحصل هذا العلم بعد تحصيل جميع العلوم وأخذ الحد الأوفر من أكثرها، ثم معايشة التجربة الصوفية بكل مراحلها. يقول السراج[10]: "أن هذا العلم، ليس له نهاية، لأنه إشارات وبوادر وخواطر وعطايا وهبات، يغرفها أهلها من بحر العطاء، وسائر العلوم حد محدود وجميع العلوم تؤدي إلى التصوف، وليس له نهاية، لأن المقصود ليس له غاية".

يضمن العلم اللدني لصاحبه صحة جميع ما يلقى إليه، كما يضمن له الإحاطة بمعارف كثيرة صادرة عن الفيض الإلهي كعلم الوحي وضروبه، وعلم السماع، وعلم العالم البرزخي، وعلم الجبروت، وعلم الهدى، وعلم العظمة الإلهية إلى ماذا ترجع؟ وأين تظهر؟ ومن هو الموصوف بها؟ وعلم الحضرة، وعلم مراتب الكواكب، وعلم منازل الروحانيين من السماء، وعلم أحوال الحق وعلم الصديقين، وعلم مراتب الغيب، وما انفرد به الحق من علم الغيب دون خلقه، وعلم ما لا يدركه الحس. ويتم تعلم هذه العلوم بعين البصيرة النورانية التي ليست بحاجة إلى الحس لترى، ولا إلى الكواكب وأفلاكها ومحاورها لتتفكر، ولا إلى فعل الأسباب في مسبباتها لتتدبر، ولا إلى المنطق لتتعقل ولا إلى الفلسفة لتهتدي ولا إلى العلم لتسترشد، وإنما هي تنغمس في بحر الأنوار، ومحاولة القرب، والإخلاص في الحب، وإيقاظ الهمم لتكتشف ما لم يحط به العقل.

ثانيا: القدرة على التفاعل الاجتماعي كمظهر أساسي لتجسيد ثقافة السلم و المصالحة.

يشمل هذا المظهر، مقدرة الفرد عل بناء الروابط الأخوية المتينة، والقيام بدور إيجابي، وتكوين علاقات إنسانية مع الآخرين بغض النظر عن اللون، والجنس، والانتماء الديني أوالعرقي. وبما أن الصوفي عضوا هاما في المجتمع، يحيا وسط الآخرين ويتفاعل معهم، فمن أهم سماته التواضع، واحتمال الأذى من الخلق، والإيثار، والكرم، والقناعة،

وإقامة العدل، والتجاوز والعفو والتسامح، والتودد، والتآلف... وغيرها من السمات التي تساهم في عملية التواصل الوظيفي مع الآخرين، والتفاعل الاجتماعي البناء.

ينظر التصوف الإسلامي إلى فكرة الاختلاط مع الناس وإقامة العلاقات مع الآخرين، سببا في اضطراب الشخصية من جهة، أو سببا مهما في حسن الصحة النفسية وسلامة السريرة من جهة أخرى. تكون سببا في سوء الصحة النفسية، عندما لا يستطيع الفرد التحلي بالمجاهدة، وضبط رغباته، فيصبح عرضة للفتن، والتفاخر، والرياء، والتنافس غير الشريف، والحقد، والغش، والحسد، والعصبية، وغيرها من الصفات المذمومة التي تكرس بطريقة أوأخرى ثقافة العنف والتطرف، وهي سلوكات تعبر عن فشل الفرد في مواجهة مختلف الضغوط والمطالب الاجتماعية، وما تفرزه من إحباط وصراع، وتحديد حيل دفاعية نفسية غير سوية تساهم بشكل أو بآخر في إصابة الفرد بمختلف الاضطرابات النفسية. وتكون سببا في حسن الصحة النفسية، عندما يتحلى الفرد بالعزلة: والمقصود من العزلة هو عزل السريرة عن مساوئ الاختلاط، كما يعرفها أبو محمد الجريري (الرسالة القشيرية)[11]: " العزلة هي الدخول بين الزحام، وتمنع سرك أن لا يزاحموك، وتعزل نفسك عن الأنام، ويكون سرك مربوط بالحق." من هذا التعريف نلاحظ جليا أن المقصود من العزلة ليس قطع العلاقة بالآخرين، وترك العمل، واتخاذ الصوامع والاعتكاف في المغاور، بل القدرة على التحكم في الذات وضبط النفس أثناء تفاعل الفرد اجتماعيا، ومصدر هذه القدرة نابع من القوة الإلهية.

السؤال الذي يطرح نفسه هو كيف يمكن أن يوجه الفرد هذه العلاقة بحيث تكون مصدرا للإشباع والتسامح وبالتالي التمتع بالصحة النفسية؟

إن مسألة ارتباط الصحة النفسية بالقدرة على التحلي بالعزلة، مرهون بمدى قرب الفرد من الله سبحانه وتعالى، حينئذ يستطيع عزل السلوك المحمود عن السلوك المذموم، وفقا لما ذكره سهل بن عبد الله (الرسالة القشيرية)[12]: "لا تصح الخلوة إلا بأكل الحلال،

ولا يصح أكل الحلال إلا بأداء الحق." وعليه ترتبط العزلة بتنمية البصيرة حول السلامة التي يجنيها الفرد كلما عزل "الأنا" عن الحقد، والغل، والمؤامرات، والتعصب...وغيرها من السمات غير السليمة وتغويضها بالإيثار، والمحبة، والحلم، والتعاون، والتسامح... وغيرها من السمات السليمة، التي تعبر عن النمط السوي من العلاقات بالآخرين. وفيما يلي عرض وجيز لبعض السمات التي تميز هذا المظهر:

أ- التواضع

من سمات الصوفية التواضع، و هو رمز السلوك السوي المألوف المسالم. يتحقق التواضع من خلال إقامة التوازن بين التكبّر و تحقير الذات، و نجد في التعريف الذي تقدم به السهروردي[13] أصدق توضيح لمفهوم التواضع حين قال: "التواضع رعاية الاعتدال بين الكبر و الضعة، فالكبر رفع الإنسان فوق قدره، والضعة وضع الإنسان نفسه مكانا يزري به ويفضي إلى تضييع حقه" من هذا التعريف نستنتج أن التمتع بالسلوك السوي و الصحة النفسية، تتطلب من الفرد أن يفهم نفسه بشكل موضوعي وواقعي. وأن الناس فيما بينهم يتفاوتون من حيث القدرات، والسمات المختلفة، وأن الفرد في حد ذاته لديه جوانب قوة وجوانب ضعف. والإنسان المتواضع هو الذي يعرف حدود شخصيته، فلا يتكبر عن الآخرين، ولا ينخدع بأوهام العظمة، وفي الوقت نفسه لا يقلل من شأن ذاته والحط من قدرها إلى درجة الشعور بالخجل والدونية والنفور. يقول السهروردي[14] في هذا الشأن: "...فالكبر ظن الإنسان أنه أكبر من غيره والتكبر إظهار ذلك، و هذه الصفة لا يستحقها إلا الله تعالى، ومن ادعاها من المخلوقين يكون كاذبا، والكبر يتولد من الإعجاب، والإعجاب من الجهل بحقيقة المحاسن، والجهل الانسلاخ من الإنسانية حقيقة."

يقترن التواضع بالعزة، الشعور بالعزة ينمي ما تتمتع به الذات من استعدادات والطاقات وتوظيفه لما فيه صلاح الفرد والمجتمع، ومقاومة العدوان، وفي هذه الحالة لا -

تصبح القوة جبروتا، ولا تكون العزة استكبارا، ولا تكون المنعة غطرسة. يوضح لنا السهروردي[15] مفهوم العزة قائلا: "...و العزة غير الكبر، ولا يحل لمؤمن أن يذل نفسه، فالعزة معرفة الإنسان بحقيقة نفسه وأكرمها: إن لا يضعها لأعراض عاجلة دنيوية، كما أن الكبر جهل الإنسان بنفسه وإنزالها فوق مترلتها..."

ب- حسن العشرة مع الخلق و احتمال الأذى منهم

. من أهم مؤشرات الصحة النفسية، بناء روابط أسرية متينة، والقيام بأدوار إيجابية أثناء المناسبات الاجتماعية، وتكوين علاقات إنسانية وصداقات مثمرة مع الآخرين سواء في محيط السكن أو الدراسة أو العمل. فالإنسان لا يتمكن من تحقيق هذه الصفات إلا إذا كان له نصيب كبير من الصبر في تحمل الأذى، و المصائب، و النوائب التي يتسبب الآخر في ظهورها أثناء التفاعل الاجتماعي. فالمطلوب من الفرد أن يتمتع بقدرات كافية في مواجهة مختلف المواقف والمشكلات التي تزخر بها الحياة، ومدى حكمته في إيجاد الحلول لها بدل الانسحاب والتمركز حول الذات، كما يوضح ذلك السهروردي[16] قائلا: "فالمداراة مع كل أحد من الأهل والأولاد والجيران والأصحاب والخلق كافة من أخلاق الصوفية، واحتمال الأذى يظهر جوهر النفس. وقد قيل لكل شيء جوهر وجوهر الإنسان العقل وجوهر العقل الصبر."

وقال إبن عمر عن النبي صلى الله عليه وسلم: "المؤمن الذي يعاشر و يصبر على أذاهم خير من الذي لا يخالطهم ولا يصبر على أذاهم."

نستنتج مما سبق أن من مؤشرات الصحة النفسية، تمتع الفرد بقوة الإرادة لتقرير ما يجب القيام به تجاه مختلف مشكلات الحياة، والمرونة في إيجاد حلول لها، والقدرة على الصبر وتحمل الإحباطات والأذى من غيره بدون أن يشعر بالعجز أو اليأس، أو الانسحاب والتقوقع حول الذات. فالأفراد الذين يعانون من الاضطرابات النفسية غالبا ما يفتقرون للإرادة والبصيرة النافذة أثناء تعاملهم مع مشكلات الحياة، مما يؤدي إلى

اللامبالاة بتصرفاتهم أو ما يترتب عليها من نتائج وخيمة ولا يستطيعون تحمل مسؤولياتهم.

ت- الإيثار والمساواة

التحلي بالإيثار والمساواة من السمات الهامة في تحديد الشخصية السوية، والتمتع بقدر عال من الصحة النفسية. ذلك لما لهما من آثار عميقة على تقبل الذات وسخائها وتكوين اتجاهات سامية في الحياة. إن الشخصية التي تتمتع بسمة الإيثار والمساواة، شخصية تهتم بالمشاكل خارج نفسها ولها شعور عميق برسالتها في الحياة، قال بعض الصوفية (السهروردي[17]): "الإيثار لا يكون عن اختيار، إنما الإيثار أن تقدم حقوق الخلق أجمع على حقك، ولا تميز ذلك بين أخ وصاحب وذي معرفة."، في هذا التعريف نلمس قوة مشاعر الفرد بالانتماء والتوحد مع بني الإنسان، وشعور عميق بالمشاركة الوجدانية والمحبة لبني الإنسان ككل. نستنتج مما سبق أن سعادة الفرد تكمن في سخاءه وتخليه عن الأنانية المفرطة، والتمييز غير العادل بين الناس. يقول السهروردي[18]: "فما حمل الصوفي على الإيثار إلا طهارة نفسه وشرف غريزته ومَا جعله الله تعالى صوفيا إلا بعد أن سوى غريزته لذلك، وكل من كانت غريزته السخاء والسخي يوشك أن يكون صوفيا، لأن السخاء صفة الغريزة، وفي مقابلته الشح والشح من لوازم صفة النفس". ذلك أن شعور الفرد بالسعادة يجب أن يمتد ويتسع ليشمل سعادة الآخرين، ولا يعد كذلك إذا ما بُنيت سعادة الفرد على حساب تعاسة الآخرين. يقول عبد العزيز القوصي[19]: "فإن السعيد حقا هو ذو الشخصية القوية الذي يعمل دائما لتحقيق غرض سام، والذي لا تتعارض حاجاته ورغباته مع مصالح الإنسانية."

ث - التسامح

نجاح الفرد في تفاعله الاجتماعي قوامه تجاوز عثرات الآخرين، والعفو والتسامح مع زملائه، ورعيته، ورؤسائه في البيت والمدرسة والمؤسسات الأخرى. يتوج ذلك كله

بإدراك أكثر فاعلية للواقع، وعلاقات سليمة معه كإشارة إلى تحقيق أكبر درجة من التوافق مصداقا لقول الرسول صلى الله عليه وسلم: "من مكارم الأخلاق أن تعفو عمن ظلمك وتصل من قطعك وتعطي من حرمك."

وقال الفضل (السهروردي[20]): "الفتوة الصفح عن عثرات الإخوان"، ويضيف السهروردي قائلا: "الصوفي بكاؤه في خلوته وبشره وطلاقة وجهه مع الناس، فالبشر على وجهه من آثار أنوار قلبه."

نستنتج مما سبق أن التزام الفرد بالتسامح، والعفو، والبشاشة، والكلمة الطيبة، والمساندة الوجدانية ومراعاة مشاعر الآخرين، واحترام حقوقهم، وحسن جوارهم، وتجنب ما يؤذيهم، جدير بأن يكون سليم السريرة وطاهر النفس، يتمتع بصحة نفسية عالية.

قائمة المراجع

1- أبو حامد الغزالي، 1973، المنقذ من الضلال، دار الأندلس، بيروت، ط8 ، ص132-133.

2- حسن العاصي، 1994، التصوف الإسلامي، مؤسسة عز الدين للطباعة والنشر، ط1، بيروت،ص20.

3- أبو نصر السراج الطوسي، 1960، اللمع، تحقيق عبد الحليم محمود وطه عبد الباقي سرور، القاهرة، ص28.

4- أبو حامد الغزالي، المرجع السابق، ص135

5- الشعراني عبد الوهاب، د.ت، الطبقات الكبرى، ج1، مكتبة صبيح، القاهرة، ص 139-140

6- الهجويري علي بن عثمان، 1980، كشف المحجوب، ترجمة إسعاد قنديل، بيروت، ص25.

7- السهروردي عبد القاهر بن عبد الله،1983، عوارف المعارف، دار الكتاب العربي، ط2، بيروت، ص87

8- ابن عجيبة الحسني، 1988، إيقاظ الهمم في شرح الحكم، مكتبة الثقافة، بيروت، ص 134.

9- السهروردي عبد القاهر بن عبد الله، المرجع السابق، ص 79.

10- أبو نصر السراج الطوسي، المرجع السابق، ص 37

11- القشيري عبد الكريم، الرسالة القشيرية، تحقيق معروف زريق و علي عبد الحميد بلطجي، ط2، د.ت، دار الجيل بيروت، ص103.

12- المرجع نفسه، ص103.

13- السهروردي عبد القاهر بن عبد الله، المرجع السابق، ص242.

14- المرجع نفسه، ص 242

15- المرجع نفسه، ص 244

16- المرجع نفسه، ص 245

17- المرجع نفسه، ص 250

18- المرجع نفسه، ص 252

19- عبد العزيز القوصي، 1952، علم النفس العام، دار النهضة المصرية، القاهرة، ص294

20- السهروردي عبد القاهر بن عبد الله، المرجع السابق، ص 254.